Tempo libero & SALUTE

PALESTRE • CENTRI BENESSERE • PARCHI • SPORT

SPECIALE A CURA DELLA A.MANZONI & C. PUBBLICITA'

MONTAGNA E SCI

Sfrecciare sulla neve l'emozione che conquista

SCIARE, una passione travolgente che coinvolge milioni di italiani. In Piemonte, in Valle d'Aosta, in Lombardia, in Alto Adige, in Trentino e nel Bellunese, nel Friuli Venezia Giulia, le stazioni sciistiche offrono proprio "di tutto e di più". Basti pensare al comprensorio delle Dolomiti dove con un unico ski-pass si possono percorrere 1220 chilometri di piste in 12 diverse zone. La Toscana con l'Abetone, l'Abruzzo con Campo Imperatore, Rivisondoli e altre località del Gran Sasso e della Maiella non offrono di meno. La new wave dello sci viene dalla Francia e dal Nord America, ma si sta diffondendo a grande velocità anche da noi. È l'evoluzione dello sci fuori pista, contaminata dalla filosofia dello snowboard.

Sci, sport esaltante

Si chiama **freeride** (negli Usa anche **freeskiing**) e punta a ridestare emozioni ormai sopite nello sciatore tradizionale. Il freerider ha un pensiero fisso, una vera ossessione: il pendio di neve vergine su cui tracciare la propria firma. Quello che conta è il piacere adrenalinico della discesa, il tuffo nel bianco, l'ebbrezza dionisiaca del "tirare" curvoni perfetti e veloci su forti pendenze, magari concatenandoli con salti e air flips.

Tutto molto bello ma c'è un piccolo problema. Ogni tanto qualche freerider ci lascia la pelle sotto una valanga. Valutare la stabilità di un pendio di neve vergine è un'arte difficile. Sta nascendo un mercato con guide, accompagnatori e proposte-vacanze specifiche, nonché di attrezzatura specializzata come i larghissimi fat per la neve profonda. L'attrezzatura indispensabile però, non si compra: è la prudenza.

A sinistra le montagne dello Sciliar, tra le migliori offerte in Italia agli appassionati

A destra un'immagine dei campi di neve del Trentino Alto Adige. Molte piste sono collegate

Superski

Un'unica collana di 12 perle

DODICI zone sciistiche del Veneto, del Trentino e dell'Alto Adige si sono riunite nel consorzio Dolomiti Superski per offrire un servizio migliore alla clientela.

Il piacere di sciare in uno scenario unico al mondo ed uno skipass valido nell'intera regione accomunano le 12 perle sciistiche delle Dolomiti. Una garanzia di varietà, cambiamento e fantastiche esperienze sulle piste, da utilizzare per 1220 chilometri senza dover cambiare il documento di accesso agli impianti di risalita. Nel servizio sono comprese informazioni dettagliate su ogni singola zona, carte panoramiche delle piste e interessanti possibilità di combinazioni tra una pista e l'altra, in maniera da percorrere veri e propri tours sulle montagne. Le località sciistiche che aderiscono al pass unico sono Cortina d'Ampezzo, Plan de Corones, Alta Badia, Val Gardena - Alpe di Siusi, Val di Fassa e Carezza, Val di Fiemme - Obereggen, Arabba, San Martino di Castrozza - Passo Rolle, Valle Isarco, Tre Valli e il comprensorio del Civetta.

«Cantine aperte» e «Calici di stelle»

Le Strade del Vino ci portano alla festa

DAI PIONIERI soprattutto tedeschi che giravano le cantine agli inizi degli Anni Novanta è nato il Movimento Turismo del Vino. Tra le iniziative, «Cantine Aperte» nell'ultima domenica di maggio e «Calici di Stelle», nella notte di San Lorenzo, il 10 agosto.

Le Strade del Vino (e spesso anche ...e dei Sapori) **sono itinerari attraverso le zone di produzione che abbinano arte e territorio alla ricerca del buon vino. Ce ne sono decine. Si va dalla Strada del Prosecco o del Chianti a quella del Lambrusco, della Bonarda, del Montepulciano d'Abruzzo, del Vermentino, del Taurasi. Ovunque, in Trentino Alto Adige, in Friuli Venezia Giulia o nel Veneto, in Toscana, in Sardegna, nell'Oltrepo Pavese al nome di Traminer, Tocai, Lagrein, Vernaccia, Bonarda, Bagnoli, Soave, Bardolino, Prosecco, Chianti, Trebbiano, Sangiovese, Cannonau e Vermentino corrispondono percorsi segnalati che conducono alle migliori cantine del territorio. Lungo le strade, enoteche e «botteghe del vino».**

La festa in cantina

Un pass per la campagna

L'Aiab certifica i soggiorni veramente ecologici

IL TURISMO rurale, si è specializzato seguendo la richiesta, è diventato biologico. La tendenza al recupero del territorio unitamente alla sua valorizzazione ambientale ed economica (agricoltura e turismo) è ormai in forte sviluppo. A questo risultato ha contribuito anche l'evoluzione della domanda turistica, che chiede sempre di più qualità "ecologica" nelle destinazioni e ha determinato una crescita di interesse per le zone rurali. Nel rapporto esistente tra ambiente e turismo nelle aree rurali, l'ambiente oggi viene considerato come essenziale.

Dove si sviluppa l'agriturismo? In un ambiente che sia un vasto insieme di fattori idonei a distinguere una località turistica: suolo, boschi, paesaggi, aria, fauna e flora, torrenti e fiumi. Concorrono a costituire l'habitat idoneo alle attività turistiche fattori antropologici, economici, sociali, culturali, storici, architettonici e infrastrutturali.

Nelle aree rurali la salvaguardia dell'ambiente, e il suo equilibrio, è una condizione necessaria per una crescita sostenibile del turismo nel medio e lungo periodo e per consolidare e accrescere nel tempo le capacità competitive delle aziende.

Lo sviluppo del turismo nelle aree rurali appare, allora, una fruizione del territorio che si basa strettamente sulle risorse ambientali e socio-culturali, senza che venga pregiudicata la loro capacità di rigenerarsi e senza che vi siano danni permanenti che portino pregiudizio alla qualità della vita futura.

Partendo da queste considerazioni, l'Aiab, l'aassociazione per l'agricoltura biologica, ha avviato il Programma nazionale "Turismo Sostenibile". Ogni azienda agrituristica che ha aderito al circuito Aiab, è stata preventivamente controllata dagli ispettori, che hanno verificato il grado di soddisfacimento dei requisiti individuati. Successivamente, gli elementi emersi nel corso della visita di controllo sono stati oggetto di una attenta valutazione in base alla quale è stato attribuito il numero di "margherite", che va da uno a cinque. Il simbolo rappresenta il livello di qualità ambientale e dei servizi offerti dall'agriturismo, e costituisce per il turista un metodo semplice e trasparente di valutazione della gestione ambientale, delle attività e dei servizi offerti.

Le vacanze in agriturismo si vanno espandendo a macchia d'olio

evita la fila
usa il filo
prenota al telefono
SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
A Azienda
S Servizi
S Sanitari
N°1 triestina
CALL CENTER
040 670 20 11

Inserto a cura Manzoni & C. SpA Pubblicità

I PARCHI NATURALI

Un quinto dell'Italia tra le meraviglie della natura

OGGI nel nostro paese vi sono 20 parchi nazionali istituiti e quattro in attesa dei provvedimenti attuativi. Complessivamente coprono oltre un milione e mezzo di ettari, pari al 5% circa del territorio nazionale. Il parco nazionale integra e completa la salvaguardia operata dai parchi regionali, e viceversa, occupandosi di territori alquanto vasti (almeno per la realtà italiana) e coinvolgendo diverse decine di Comuni. Accanto ad una differenza amministrativa dunque (in quanto è istituito e dipende dal ministero dell'Ambiente) il parco nazionale presenta una differenza dalle altre forme di protezione anche per la gestione di un territorio ampio, variegato, con una significativa presenza umana.

Oggi nel nostro paese vi sono 20 parchi nazionali istituiti e 4 in attesa dei provvedimenti attuativi. Coprono oltre un milione e mezzo di ettari, il 5% circa del territorio nazionale. Il parco nazionale integra e completa la salvaguardia dei parchi regionali, e viceversa, occupandosi di territori alquanto vasti.

Accanto a una differenza amministrativa dunque (dipende dal ministero dell'Ambiente) il parco nazionale presenta una differenza dalle altre forme di protezione anche per la gestione di un territorio ampio, variegato, molto popolato. Oltre alla pianificazione e alla vigilanza dunque, il parco nazionale deve esaltare la sua missione di strumento di collegamento e valorizzazione delle realtà locali che devono trovare nella bellezza del territorio su cui insistono l'elemento di coesione, la risorsa chiave del loro sviluppo.

Ecco i siti informativi di alcuni parchi nazionali italiani.

Parco d'Abruzzo, Lazio e Molise. **ricerca/parco.nazionale.abruzzo/index.html**

Parco dell'Arcipelago di La Maddalena.**arcip.maddalena/index.html**

Parco dell'Arcipelago Toscano **.arcip.toscano/index.html**

Parco dell'Asinara.**asinara/index.html**

Parco del Cilento e Vallo di Diano **.cilento/index.html**

Parco Dolomiti Bellunesi **.dol.bellunesi/index.html**

Parco delle Foreste Casentinesi, Monte Falterona, Campigna **.for.casentinesi/index.html** Parco del Gran Sasso e Monti della Laga **.gran.sasso/index.html**

Parco della Majella **.majella/index.html**

Parco della Val Grande **.valgrande/index.html**

Parco del Vesuvio **.vesuvio/index.html**

In attesa della definitiva attuazione: Gennargentu **.gennargentu/index.html**

Appennino Tosco-Emiliano, Val d'Agri e Lagonegrese, Sila.

La foresta. Un ambiente da proteggere con i vincoli dei parchi nazionali e regionali

In Lombardia

In pianura dieci foreste

DIECI foreste di pianura. E' il progetto della Lombardia. L'obiettivo è quello di mettere a disposizione dei cittadini aree finalizzate al miglioramento della qualità della vita, spazi dotati di agroecosistemi multifunzionali che facciano da filtro agli inquinanti. I lavori per le prime sei «foreste di pianura» sono cominciati, saranno a disposizione dei lombardi tra circa 2-4 anni. Già approvati i progetti: Bosco del Lusignolo (San Gervasio Bresciano, Brescia), Aree del Casalasco e del Morbasco (Cremona), Val Grossa - Corte Palasio (Lodi), Besozza - Pioltello (Milano), Albosaggia, Caiolo, Cedrasco (Sondrio), Gazzo Bigarello - Azienda Carpaneta (Mantova). Le spese saranno sostenute dalla Regione (già 5,5 milioni di euro fino al 2004) e dalla Fondazione Cariplo (nel 2002 0,5 milioni di euro).

Appennini

I monti d'Abruzzo «europei»

«APPENNINI parco d'Europa» (Ape) è un'idea della Regione Abruzzo in collaborazione con le associazioni ambientaliste. I parchi dell'Appennino sono una rete che copre un vastissimo territorio quasi interamente protetto. In virtù della dinamica che li porta a "contagiare" le aree circostanti, costituiscono un sistema che si collega non solo al resto della montagna, ma anche alle piccole città con le quali è possibile intessere originali relazioni economiche.

Questi gli elementi fondamenti del progetto Ape che assumerà un ruolo strategico per il futuro della montagna appenninica e delle sue aree marginali.

1) Recupero in chiave innovativa delle attività tradizionali e in specie di quelle agricole.

2) Sviluppo del turismo naturalistico non prodotto da consumare ma ricerca di valori.

3) Organizzazione tecnologicamente avanzata di una rete di servizi, tra cui un ruolo decisivo per le comunicazioni e i trasporti, da progettare e realizzare nel segno dell'efficienza e della progressiva eliminazione dei fattori di impatto ambientale.

Informazione on line sulle aree protette appenniniche si possono trovare su questi siti.

Parco Nazionale del Gran Sasso e Monti della Laga /parco.nazionale.gran.sasso/index.html

Parco Nazionale d'Abruzzo /parco.nazionale.abruzzo/index.html.

Parco Nazionale della Majella /parco.nazionale.majella/index.html.

Parco dell'Antola /parco.antola/index.html

Parco dell'Aveto /parco.aveto/index.html.

Parco fluviale dello Stirone /parco.stirone/index.html.

Parco fluviale del Taro /parco.taro/index.html.

Parco del Frignano /parco.frignano/index.html.

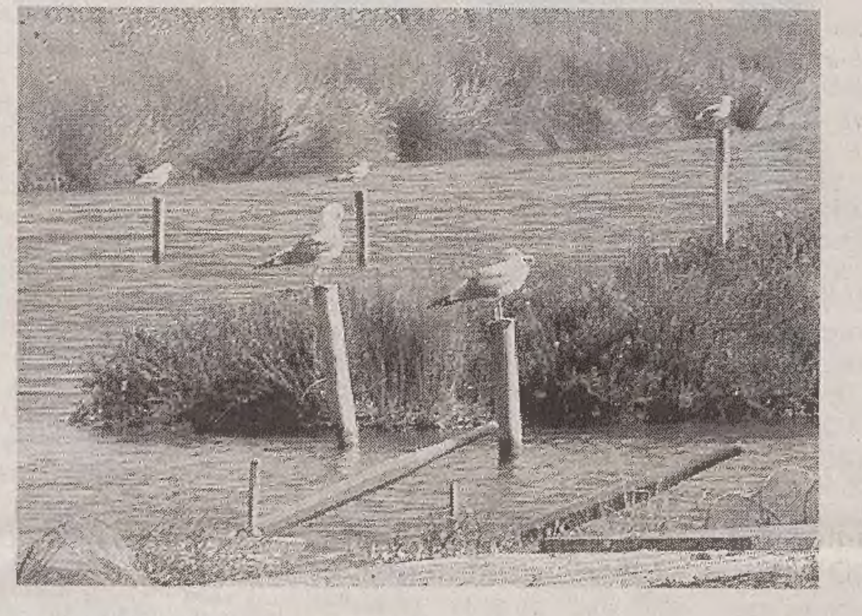
Parco dei Laghi di Suviana e Brasimone/parco.suviana.brasimone/index.html.

Parco Alpi Apuane /parco.alpi.apuane/index.html.

In Friuli

Boschi certificati e garantiti

IL FRIULI Venezia Giulia certifica le sue foreste con il sistema Pefc, un marchio di qualità ai boschi coltivati nel rispetto biologico dell'ambiente. La regione. con oltre il 60% di proprietà forestale pianificata e il 100% di quella pubblica, ha tutti i requisiti per ottenere la certificazione e sta ottenendo, prima in Italia, la certificazione. Da quarant'anni la trasformazione ambientale e territoriale è stata determinata dall'abbandono delle attività tradizionale erbicola, e il bosco ha conosciuto una travolgente espansione in estensione e in vegetazione. Ora in Friuli si vuole dare un po' d'ordine a questo sviluppo a volte disordinato.



Il Delta del Po è tutelato dal Veneto e dall'Emilia Romagna

Regioni, è meglio

Le aree sono superprotette

MEGLIO le Regioni dello Stato. Il trasferimento delle competenze è stato fondamentale per far crescere le aree protette in Italia. I parchi regionali hanno coniugato la conservazione delle risorse naturali con l'uso sociale delle stesse e con la ricerca dello sviluppo compatibile per le popolazioni insediate. I parchi si sono così proposti come terreno di sperimentazione ecologica per definire un modello di gestione territoriale da estendere al resto del paese.

IL TRASFERIMENTO delle competenze dallo Stato alle Regioni decretato nel 1977 è stato fondamentale per i parchi. Ecco i siti di alcuni parchi regionali.

Abruzzo. Parco del Sirente - Velino **ricerca/parco.sirente.velino/index.html.**

In Campania (info sul sito **www.regione.campania.it),** sono stati istituiti i parchi Campi Flegrei, Matese, Monti Picentini, Partenio, Roccamonfina - Foce Garigliano, Taburno e Camposauro.

In Emilia Romagna: Delta del Po **/parco.delta.po.er/index.html.** In Friuli Venezia Giulia i due più importanti sono il Parco delle Dolomiti Friulane **/parco.dolomiti.friulane/index.html** e quello delle Prealpi Giulie **/parco.prealpi.giulie/index.html.**

In Lombardia c'è il parco del Ticino **.ticino.lombardo/index.html** e il parco del Mincio **.mincio/index.html.**

Bellissimi in Sardegna il parco di Porto Conte **/parco.porto.conte/index.html** e del Molentargius-Saline.

Spiccano il Toscana le aree naturali Alpi Apuane **/parco.alpi.apuane/index.html** e Maremma **.maremma/index. html.**

A Bolzano notevole il parco dello Sciliar **/parco.sciliar/index.html** e nel Trentino l'Adamello Brenta **/parco.adamello.brenta/index.html.**

Da vedere in Veneto i parchi dei Colli Euganei **/parco.colli.euganei/index.html; Delta del Po /parco.delta.po.ve/index.html;** Dolomiti d'Ampezzo **/parco.dolomiti.ampezzo/index.html;** Sile **/parco.fiume.sile/index.html.**

HYUNDAI Nuova ATOS 12v da € 7.900,00
clima, zero Km, accessoriata: risparmio fino € 1.200,00 anche con minime rate mensili da Pasqua

ECO INCENTIVI
DALLA CONCESSIONARIA ALPINA
TEL. 040.231905
HYUNDAI
DA 25 ANNI AL VOSTRO SERVIZIO
QUALITÀ HYUNDAI
GARANZIA 3 ANNI
KM ILLIMITATI

HYUNDAI GETZ 1,1 - 1,3 TDI da € 8.950,00
clima, zero Km, accessoriata: risparmio fino € 1.790,00 anche con minime rate mensili da Pasqua

HYUNDAI ACCENT 1,3 e TDI 4p da € 10.600,00
clima, zero Km, accessoriata: risparmio fino € 1.550,00 anche con minime rate mensili da Pasqua

HYUNDAI TERRACAN 2,9 TDI 150 cv da € 26.300,00
clima, ABS full optionals: risparmio fino € 3.050,00 anche con minime rate mensili da Pasqua

NOTA BENE: i prezzi si intendono esclusa IPT e vernice metallizzata; il listino è in vigore alla data odierna, salvo approvazione banca.

OCCASIONI DA NON PERDERE: CITRO XANTHIA 1,6 1Prop. SS VE '94 € 949,00 / HY SONATA 4 p. 2,0 ABS, Clima, Pelle 1Prop. € 999,00 / HYUNDAI Kat. 1,4 Clima - SS - VE 1 Prop € 2.199,00 / Y 10 IGLOO 1Prop. Clima '94 Pochi Km € 2.199,00 / 4x4 1,3 SAMURAI CABRIOLET + acc. € 2.399,00 / ASTRA Wagon '95, SS-VE-RL-Tetto Or. € 2.199,00 / HY ACCENT 1,3 Sport VE-Ruote Lega 1Pro. '96 € 2.199,00 / FIAT 500-900 sx, 1Pro '97 VE € 3.199,00 / DW LANOS 3P Sport 1,3 Clima - SS - VE '98 € 3.199,00 / SEICENTO S-900 - 1 Prop. - 2001. PERFETTA € 3.999,00 / CORSA VIVA 1,0 5 p. '99, 1Prop. BELLA € 4.699,00 / PALIO Wagon 1,2 1Prop. Clima-SS-VE-OK '98 € 4.999,00 / ROVER 200Sport 3P 1,4 1Prop: Clima-ABS-AF '99 € 4.799,00 / XARA Wagon 1,4 1Prop. Clima-SS-VE-AB '98 € 5.999,00 / PUNTO 1,2 SX '01, 1Prop., SS, AB bella € 6.399,00 / MAREA Wagon 1,6 ELX CLIMA-SS-VE '98 € 6.899,00 / HONDA LOGO 1,3 Clima, ABS, SS, VE, 1Prop. 2000 € 6.999,00 / RENO SCENIC 1,6 Prop-Clima-SS-VE '99 ABS € 7.999,00 / HY COUPE' 1,6 1Prop. Clima-ABS-AB-2000 € 7.999,00 / ALFA GTV 2,0 1Prop. '96, Clima, ABS, Pelle, TUTTO! € 8.999,00 / TOYOTA COROLLA Wagon 1,9 Diesel 1Prop. Clima+TUTTO € 9.699,00 / TERRANO TDI Autoc. 2000 Clima - SS - Fatturabile € 16.199,00 / LR DISCOVERY 2,0 1Prop. SS-VE - accessor. '94 € 7.699,00 / APE 50 Kat. 1Prop. 2002 NUOVA Km 1.200 - € 399,00 rate da acconto € 74,00

Inserto a cura Manzoni & C. SpA Pubblicità

Presto «Il Giro d'Itolio»

A zonzo sulle Strade dell'Olio

CITTA' e Strade dell'Olio. Se funziona per il vino, perchè non replicare il successo del turismo enogastronomico con l'olio? L'Associazione Nazionale Città dell'Olio, che raggruppa 180 Comuni, Province, Comunità montane e Camere di Commercio di 15 regioni, ha lanciato il progetto delle Strade dell'Olio. Il progetto è in fase di avanzata realizzazione per verificare la fattibilità di Strade dell'Olio, formazione degli operatori, guide regionali, eventi legati all'olio, offerte turistiche da offrire in workshop e fiere, una grande manifestazione annuale e il «Giro d'Itolio», un circuito per enogastronomi attraverso le realtà dell'olio.

Nel Veneto

Il Sile, un parco per i trevigiani

IL SILE è l'unico fiume che nasce e muore nella stessa regione, il Veneto. Scorre da Casacorba per Treviso fino a sfociare a Portegrandi in laguna. Nel suo scorrere tra i mulini forma vari laghi e laghetti bellissimi, uno a Quinto e l'altro a Casier. Le rive sono ricoperte da salici, canneti e papiri. Il territorio del suo bacino è parco regionale

Dal 1974 il parco del Ticino nato per volontà popolare

VOLUTO con una proposta di legge di iniziativa popolare fin dal 1967, il Parco del Ticino è stato istituito dalla Regione Lombardia nel 1974.

Il parco regionale ha tra gli scopi la tutela del fiume, la salvaguardia del bacino fluviale, del patrimonio faunistico e floristico, la regolamentazione delle attività agricole e turistiche e la conservazione delle caratteristiche paesaggistiche.

Il parco è gestito da un consorzio di enti (49) di cui 46 comuni e 3 provincie (Milano, Pavia, Varese).

La struttura operativa è costituita da 63 dipendenti dei quali 21 sono guardiaparco.

Vicinissimo a grandi città, il Parco del Ticino è un mosaico di ambienti differenti, di boschi, di acque, di campi coltivati e pascoli. Gli itinerari turistici sono moltissimi e tutti molto interessanti.

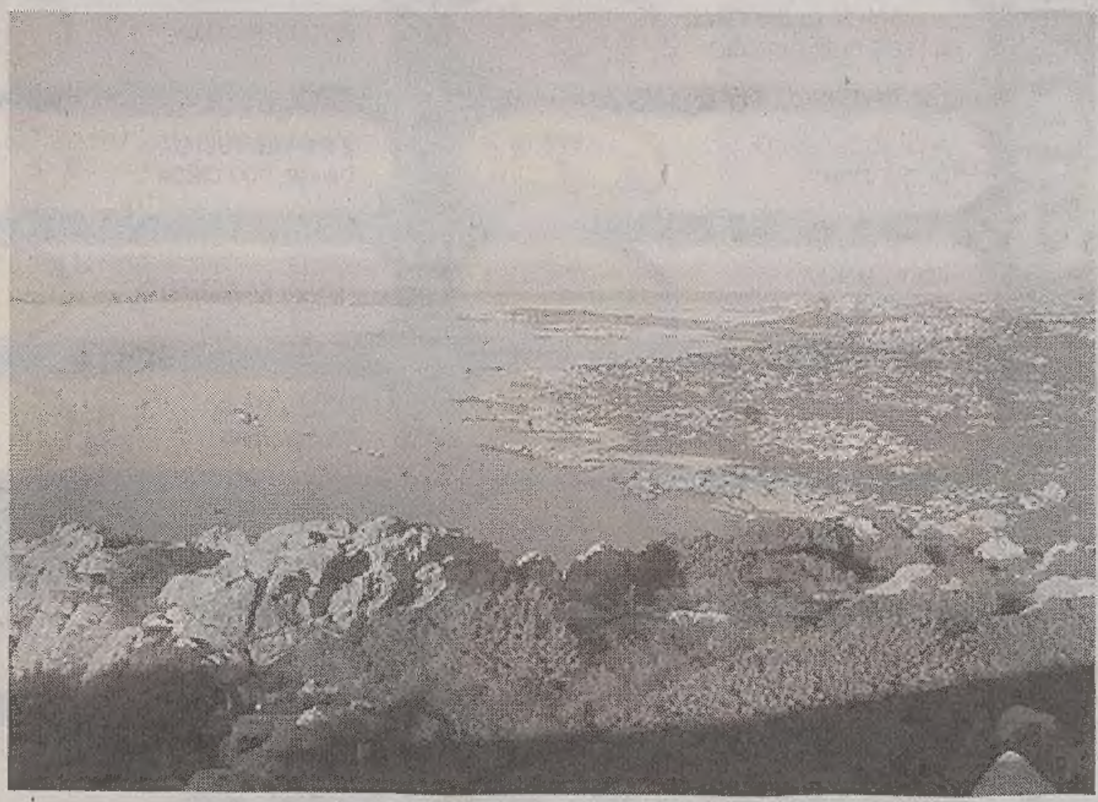
Il Parco, in accordo con diverse associazioni e società che operano sul territorio, offre agli utenti la possibilità di effettuare visite guidate a piedi, in bicicletta e in carrozza. Contattando il Servizio Educazione Ambientale del parco sarà possibile reperire le informazioni necessarie, Tel. 02/97210205, E-mail: ticinoturismo@hotmail.com

I PARCHI MARINI

Coste e isole di sogno dove il mare è uno scrigno

ANCHE il mare ha le sue riserve. Alcune aree marine di pregio, in genere costiere, sono protette con limitazioni alle attività umane (pesca, sfruttamento turistico esasperato, ecc.). La tipologia di queste aree varia in base ai vincoli di protezione. L'istituzione dei parchi marini è regolata dalla legge 979/82 «Per la difesa del mare» e dalla legge quadro sui parchi. Lo scopo di entrambe le leggi, in particolare la più recente, è di promuovere un "uso sostenibile" per cui le attività umane si compenetrino con gli habitat e gli ecosistemi naturali senza causare attriti.

Le informazioni su queste aree si trovano sul sito **costeisole-approf.html** o nei siti dei rispettivi parchi. Le aree marine su coste e isole protette a livello nazionale sono:



Arcipelago Toscano: /parco.nazionale.arcip.toscano/index.html

Asinara: /parco.nazionale.asinara/index.html

Cilento e Vallo di Diano: /parco.nazionale.cilento/index.html

Cinque Terre: /parco.nazionale.cinque.terre/index.html

Circeo: /parco.nazionale.circeo/index.html

Gargano: /parco.nazionale.gargano/index.html

Arcipelago di La Maddalena: /parco.nazionale.arcip.maddalena/index.html

In Friuli Venezia Giulia le principali aree protette sono: **Falesie di Duino:** /riserva.falesie.duino/index.html

Foce dell'Isonzo: /riserva.foce.isonzo/index.html

Valle Canal Novo: /riserva.valle.canal.novo/index.html

Valle Cavanata: /riserva.valle.cavanata/index.html

Miramare: /riserva.marina.miramare/index.html

In Liguria sono da visitare i parchi naturali regionali di **Porto Venere** /parco.porto.venere/index.html; il parco di **Montemarcello-Magra:** /parco.montemarcello.magra/index.html; la riserva marina delle **Cinque Terre /riserva.marina.cinque.terre/index.html e quella di Portofino:** /riserva.marina.portofino/index.html

Tra Veneto e Emilia Romagna splendido il parco del Delta del Po (/parco.delta.po.er/index.html) gestito dalle due regioni, ognuna per la sua parte.

La Toscana vanta il parco naturale della **Maremma** (/parco.maremma/index.html) e quello di **Migliarino, San Rossore, Massaciuccoli** (/parco.migliarino.san.rossore/index.html).

In Campania c'è la riserva marina **Punta Campanella** (/riserva.marina.punta.campanella/index.html).

In Sardegna spiccano **Porto Conte** (/parco.porto.conte/index.html) e **Capo Carbonara** (/riserva.marina.capo.carbonara/index.html),

Il parco de La Maddalena con quello dell'Asinara è uno dei «gioielli» della Sardegna A destra, le Dolomiti a Cortina

I tesori delle Alpi

Sono protetti dalle Regioni

LE ALPI. Ecco dove informarsi sui parchi regionali.

Alto Garda Bresciano **.alto.garda. bresciano/index. html;** Colli di Bergamo **/parco.colli.bergamo/index.html;** Bernina e Disgrazia **/parco.bernina/index. html;** Parco delle Grigne **/parco.grigne/index.html;** Orobie Valtellinesi **/parco.orobie.valtellinesi/index.html;** Paneveggio - Pale di S. Martino **/parco.paneveggio.pale.s.martino/index.html;** Tre Cime del Monte Bondone **/riserva. tre.cime. monte.bondone/ index.html;** Monte Corno **/parco.monte. corno/index.html;** Puez-Odle **parco.puez.odle/index.html;** Parco Naturale Sciliar **/parco.sciliar/index.html;** Dolomiti di Sesto **/parco.dolomiti.sesto/index.html;** Gruppo di Tessa **/parco.gruppo.tessa/index.html;** Dolomiti d'Ampezzo**/parco.dolomiti.ampezzo/index.html;** Lessinia **/parco.lessinia/index.html;** Dolomiti Friulane **/parco.dolomiti.friulane/index.html;** Prealpi Giulie **/parco.prealpi.giulie/index.html;** Forra del Cellina **/riserva.forra.cellina/index.html;** Laghi di Doberdò e Pietrarossa **/riserva.laghi.doberdo/index.html.**

Il Delta del Po

La frontiera tra cielo mare e terra

LA CAMARGUE d'Italia, il Delta del Po, è protetta da due parchi, uno veneto e uno emiliano, che dovrebbero unirsi in un unico parco nazionale. Il parco veneto copre 120 chilometri quadrati. Alcune aree sono visitabili a piedi per osservare la naturale successione degli ambienti del Delta. A Caleri, nel Giardino botanico, evidente l'evoluzione dell'ambiente tra mare, dune e laguna. A Ca' Pisani notevole il rapporto tra laguna e fiume. A Ca' Zen c'è una garzaia in una piccola golena. A Panarella è stata istituita un'oasi fluviale del Wwf di 25 ettari con sentieri didattici.

Percorrendo il Po di Goro si può apprezzare il fiume quasi allo stato "naturale". Cordoni di dune fossili esplorabili a piedi si estendono paralleli alla statale Romea. Ne sono stati individuati 8, dalla preistoria al Rinascimento. Troviamo dune alle spalle di Porto Viro, Rosolina e Ariano nel Polesine.

Scano Boa, raggiungibile solo in barca, è l'ultima frontiera tra terra e mare, luogo "simbolo" del Delta, con le case dei pescatori in canna palustre di fronte al mare.

Speciale a cura della
Manzoni Pubblicità
Realizzazione: *Bruno Minciotti*

NMANZ4x7

*Chi non coglie l'occasione offerta dagli Speciali perde la grande opportunità di consolidare la sua immagine e promuovere le sue vendite.
Gli Speciali offrono il vantaggio di un'informazione a tema sempre aggiornata, dove la pubblicità del settore trova la sua giusta collocazione.
La contemporanea presenza di inserzionisti qualificati fornisce ai lettori un significativo panorama delle offerte del mercato. Chi non partecipa allo Speciale del suo settore non fa i propri interessi, perché lascia spazio ai concorrenti.*

***Non tagliarti fuori.
Fai pubblicità negli speciali
del tuo settore.***

*informazione di qualità,
pubblicità di successo*

**Vieni a scoprire
I LOVE MY LINE
la bellezza di risparmiare
tempo e denaro:
potrai provare i nuovi
straordinari trattamenti
dell'estetica del benessere.**

***Ampia varietà di trattamenti,
puoi scegliere di farli singoli o abbinati,
in soli 30 minuti a condizioni
sempre più vantaggiose
anche senza fissare l'appuntamento.***

IDEAL LINE CENTER

**PROGRAMMI DI DIMAGRIMENTO PERSONALIZZATO,
TRATTAMENTI CONTRO GLI INESTETISMI DELLA CELLULITE
LOCALIZZATI E RASSODANTI**

**Dimagrisci subito e paghi da Aprile
con microrate direttamente in sede**

Trieste via S. Nicolò 33 Tel. 040 366330

DAL 22 GENNAIO AL 7 FEBBRAIO

AMPIO PARCHEGGIO INTERNO

OCCAZIONI DA PRENDERE ... AL VOLO

NESSUNO HA MAI OSATO TANTO!!!

Se cerchi un punto di riferimento nel mondo della tua spesa, un supermercato con l'orario fisso per tutti i giorni dell'anno, dove non ti dovrai mai preoccupare se troverai chiuso o aperto

allora

il tuo nuovo riferimento è il SUPERMERCATO ZAZZERON

a Trieste da 50 anni al servizio della clientela

Siamo l'unico supermercato a Trieste aperto 363 giorni all'anno con orario no-stop dalle 08.00 alle 21.00

SALUMI E FORMAGGI

PROSCIUTTO CRUDO PREALPINO DOLCE	€ 15,98 al Kg
PROSCIUTTO COTTO AL NATURALE RASPINI (SENZA GLUTINE)	€ 6,99 al Kg
MORTADELLA LEONCINI P.S. CON PISTACCHIO	€ 5,39 al Kg
SPECK TIROLESE DOLCE	€ 7,89 al Kg
FORMAGGIO MONTASIO 60gg (UD/PN)	€ 5,99 al Kg
EMMENTHAL SVIZZERO	€ 6,99 al Kg
FORMAGGIO BRIE 60% M.G.	€ 5,99 al Kg
GRANA PADANO 1ª QUALITÀ TAGLIATO A MANO	€ 9,90 al Kg
LATTERIA DOLCE VALMONTANA	€ 5,89 al Kg
YOGURT SAN GIUSTO GUSTI ASSORTITI GR. 125x2	€ 0,71 al pezzo
MOZZARELLA CASTELLO GR. 100	€ 0,59 al pezzo
PANNA FRESCA LATTERIE FRIULANE ML. 250	€ 0,89 al pezzo
LATTE FRESCO CARNIA CONFEZIONE DA LT. 2	€ 1,56 a conf.

CARNI

ROASTBEEF DI BOVINO A FETTE O IN TRANCIO	€ 9,99 al Kg
FETTINE DI COSCIA DI BOVINO	€ 7,90 al Kg
POLPA SPALLA DI VITELLO	€ 7,48 al Kg
COTOLETTE DI MAIALE	€ 3,98 al Kg
COSCIA DI MAIALE IN TRANCIO	€ 3,98 al Kg
LONZA DI MAIALE IN TRANCIO	€ 5,90 al Kg
PETTI DI POLLO	€ 4,99 al Kg
2 POLLI BUSTO DA GR. 900 CIRCA	€ 4,20 la conf.
FUSI DI TACCHINO	€ 1,48 al Kg
MACINATA DA TACCHINO	€ 2,00 al Kg

ORTOFRUTTA

PATATE IN SACCO DA 10 KG. ORIG. GERMANIA CAT. 1ª	€ 3,90 al sacco
CICORIA NOVELLA ORIG. ITALIA CAT. 1ª	€ 0,69 al Kg
ARANCE DA SPREMUTA ORIG. ITALIA CAT. 1ª	€ 0,39 al Kg
CLEMENTINE SENZA SEMI ORIG. ITALIA CAT. 1ª	€ 0,69 al Kg
MELE GOLDEN DEL TRENTINO ORIG. ITALIA CAT. 1ª	€ 0,49 al Kg
BANANE DI QUALITÀ ORIG. SUD AMERICA CAT. 1ª	€ 0,69 al Kg
FAGIOLI BORLOTTI SECCHI NUOVO RACCOLTO	€ 0,99 al Kg

E POI...

OLIO EXTRAVERGINE BERTOLLI LT. 1 (Gentile, Robusto e Fragrante)	€ 3,99 al Litro
OLIO DI MAIS MAYA LT. 1	€ 1,66 al Litro
BISCOTTI COLUSSI NOVELLINI GR. 350	€ 0,98 al pezzo
RISO RIBE INVERNI SOTTOVUOTO KG. 1	€ 0,79 al pezzo
CIOCCOLATO NOVI GR. 100 LATTE E FONDENTE	€ 0,55 al pezzo
CONFETTURE EXTRA MENZ & GASSER GR. 650 (gusti assortiti)	€ 1,49 al pezzo
POLENTA GIALLA VALSUGANA ISTANTANEA GR. 375	€ 1,10 al pezzo
20 DADI BRODO KNORR GUSTO DELICATO	€ 1,83 al pezzo
CAFFE' HAUSBRANDT MACINATO QUALITÀ ROSSA GR. 250x2	€ 2,78 a conf.
ZUPPE KNORR BUSTA 100 GR.	€ 1,29 al pezzo

ORARI APERTURA
TUTTI I GIORNI
08.00-21.00
ORARIO CONTINUATO

ANCHE LA DOMENICA

SUPERMERCATI Z ZAZZERON

VIA DONADONI 22-24

PREZZI DI TUTTI GLI ARTICOLI SONO VALIDI FINO AL 7/2/2004 SALVO ESAURIMENTO SCORTE. I PREZZI POSSONO VARIARE NEL CASO DI EVENTUALI ERRORI TIPOGRAFICI, RIBASSI O MODIFICHE ALLE LEGGI FISCALI. DISEGNI E FOTOGRAFIE HANNO VALORE PURAMENTE ILLUSTRATIVO

ZAZZERON - VIA DONADONI 22-24 TRIESTE - TEL. 040 39.47.89